

## 10 MAGICZNYCH SZTUCZEK, ABY MIEĆ GRZECZNE DZIECKO

**Rodzicu** - marzysz o tym, by mieć **grzeczne dziecko**? Mam dla Ciebie dobrą wiadomość. Możesz **pomóc** swojemu maluchowi dobrze się zachowywać, jeżeli zastosujesz te sposoby, mogą one sprawić, że Twój syn/córka, chętniej będą Cię słuchać.

### 🚦 USTALAMY ZASADY I ICH PRZESTRZEGAMY

Mów o swoich oczekiwaniach używając prostych, krótkich zdań typu: „Nie wolno bawić się jedzeniem”, „Chodzimy w papuciach”, „To leży na stole”.

Im młodsze dziecko, tym krótsza pamięć, dlatego trzeba często te reguły przypominać. Ważne, aby reagować za każdym razem, gdy malec łamie zasadę. Jeśli zobaczy, że czasem przemykasz oko na to co robi (np. „mama mówiła, że nie mogę bawić się telefonem komórkowym, a dziś mi ją dała”) będą kłopoty z wygłaskiwaniem posłuszeństwa.

### 🚦 AKCEPTUJEMY UCZUCIA - KIERUJEMY ZACHOWANIEM

Umiejętność panowania nad uczuciami to prawdziwa sztuka, która nawet dorosłym się nie udaje. Trudno więc wymagać tego od dziecka. A jednak, gdy malec płacze lub się złości to często mówimy: „Jesteś niegrzeczny”.

Nie strofuj go za to, że rozpacza czy się denerwuje. Może to robić. Natomiast, należy reagować, gdy łamie ważne zasady współżycia – chce Cię bić lub coś zniszczyć. Powiedz, że rozumiesz co czuje, podpowiedz jak może wyrazić uczucia w inny sposób: „Widzę, że jesteś na mnie zły, ale nie wolno mnie szczypać – możesz uderzyć w poduszkę”.

### 🚦 CZĘSTO CHWALIMY ZA TO, CO DOBRE

Zwykle komentujesz zachowanie dziecka, gdy jest niegrzeczne a to, że Cię słucha przyjmujesz za oczywistość. Tymczasem pochwały są ważne – utralają dobre zachowania !!

- Gdy malec posłusznie odłoży przedmiot na półkę, którym nie pozwoliłeś się bawić, docen to mówiąc: „podoba mi się, że tak szybko mnie posłuchałeś/łaś”.

- Niech dziecko słyszy jak dobrze mówisz o nim przy innych np.: „Kubuś bardzo pomógł mi dziś w zakupach. Lubię chodzić z nim do sklepu”.

- Nawet krytykując malca, staraj się powiedzieć o nim coś dobrego: „trochę kruszyłeś, ale wiem, że potrafisz jeść uważniej”.

## UPREDZAMY MALCA CO GO CZEKA

Nikt nie lubi przerywać nagle swoich zajęć i reagować „na gwizdek”. Dziecku będzie łatwiej posłuchać cię, jeśli wcześniej zapowiesz polecenie np.: „zaraz poproszę cię na obiad, powiedz zabawkom, że będziesz musiała na chwilę od nich odejść”.

## ZAMIENIAMY POLECENIE NA ZABAWĘ

Postaraj się, żeby spełnianie twojego polecenia kojarzyło się dziecku z czymś atrakcyjnym np.: „posprzątaj klocki – spróbuj trafić nimi do pudełka”, „czas iść do kąpielni – daj mi rękę, pociąg do wanny odjeżdża”.

## DAJEMY DZIECKU MOŻLIWOŚĆ WYBORU

Malec lubi czuć, że decyduje o swoich sprawach. Wydając polecenie postaraj się, by poczuł, że ma wpływ na sytuację np.: „nie wolno stawać na krześle, zjedź z niego lub zeskocz – jak wolisz”, „załóż buciki – wolisz sam, czy mam ci pomóc”.

## MÓWIMY KRÓTKO

Dziecko nie umie jeszcze długo koncentrować się na twoich słowach. Poza tym, podobnie jak każdy z nas nie lubi słuchać długich narzekań na swój temat. Jeśli więc ociąga się z wypełnieniem twojego polecenia, zamiast wymówek: „mówiłam ci, żebyś nie rzucał papierków po cukierkach na podłogę, od tego jest miejsce w koszu, które jest w kuchni pod zlewem”, lepiej wskazać na podłogę i powiedzieć krótko, ale stanowczo: „synku/córeczko, papierek wędruje do kosza”.

## NIE WYMAGAMY OD RAZU ZBYT WIELE

Pewnie chcielibyście jak najszybciej nauczyć swoje dziecko dobrych manier. Ale na to potrzeba czasu. Nie oczekuj, że dwulatek będzie spokojnie siedział przy rodzinnym obiedzie a czterolatek z radością przygotowuje się do przedszkola. Nie dziw się, gdy pięcioletka zignoruje waszą sąsiadkę, zamiast się przywitać.

Potrzeba jeszcze wielu wspólnych posiłków i spotkań z ludźmi, aby wasze nauki przyniosły efekt. Pamiętaj o tym, a na pewno oszczędzisz sobie niepotrzebnych nerwów a dziecko tego, że jest niegrzeczne.

## USTALAMY KONSEKWENCJE

Wydając polecenie czy zakazując czegoś, dobrze zawsze rozważyć, co zrobisz, gdy malec nie będzie chciał cię posłuchać.

Upředź go o tym, co się stanie: „jeśli znowu sypniesz piaskiem – wyjdiesz z piaskownicy.” Oczywiście, jeśli malec nie zareaguje, koniecznie trzeba dotrzymać słowa. Dobrze jest także, pozwolić dziecku doświadczyć konsekwencji jego złego zachowania, np.: „bawiłeś się sokiem i wylałeś go – nie kupię ci drugiego”.

## KRYTYKUJEMY ZACHOWANIE A NIE DZIECKO

Komentując złe zachowanie staraj się nie przyklejać dziecku „łatki”, no.: „jesteś gapą”, „straszna z ciebie maruda”. Takie słowa zapadają maluchowi głęboko w pamięć i mogą sprawić, że będzie zachowywać się jeszcze gorzej (skoro i tak rodzice o mnie źle myślą). Krytykując dziecko postaraj się wskazywać na konkretne zachowania, np.: „nie podoba mi się, że krzyczysz na siostrę”, „zezłościło mnie, że trzasnąłeś drzwiami.”

**Jak widać, stawanie się człowiekiem nie jest możliwe bez właściwie odgrywanej roli rodzica. Bez jego miłości i różnorodnych, stymulujących rozwój dziecka oddziaływań, świat nie mógłby w pełni ujawnić swego bogactwa i piękna, uboższe byłyby odczucia dziecka, a działania dawałyby mniej satysfakcji.**

**Dlatego tak ważne jest, aby postępowanie wychowawcze było mądre i przemyślane, oparte na szacunku do dziecka i uznaniu jego indywidualności. Dziecko nawet małe powinno być „partnerem rodziców”. Oznacza to, że powinni oni nieustannie liczyć się z jego potrzebami, możliwościami i odmiennosciami, jeśli chcą współuczestniczyć w procesie rozwoju człowieka rozumnego, dojrzałego, dobrze przystosowanego i potrafiącego cieszyć się światem, życiem i własnym rozwojem.**

Opracowała:

Renata Góral – psycholog, Dział Przedszkolny Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Gliwicach